

10. Fazio R.H., Olson M.A. 2003 Implicit Measures in Social Cognition Research: Their Meaning and Use. *Annu. Rev. Psychol.* Vol.54. 06.1-06.31.
11. Greenwald A.G., McGhee D.E., Schwartz J.L.K. 1998. Measuring individual differences in implicit cognition: The Implicit Association Test. *Journal of Personality and Social Psychology.* Vol.74. 1464-1480.
12. Steffens M.C., Buchner A. 2003. Implicit association test: Separating transsituationally stable and variable components of attitudes toward gay men. *Experimental Psychology.* Vol. 50, 33-48.

### **Автор**

**Алексеева Екатерина Михайловна** – кандидат психологических наук, доцент кафедры теории и практики перевода Института международных отношений, истории и востоковедения Казанского (Приволжского) федерального университета, [ealekseeva@list.ru](mailto:ealekseeva@list.ru).

## **ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ЖИЗНЬЮ СТУДЕНТОВ**

### **HARDINESS AND LIFE SATISFACTION**

Алишев Б.С.

Alishev B.S.

**Аннотация.** В статье обсуждаются эмпирические данные, полученные на студенческой выборке, которые указывают на 1) более высокий уровень удовлетворенности жизнью у татар по сравнению с русскими, 2) наличие тесных корреляционных связей между удовлетворенностью жизнью, с одной стороны, и жизнестойкостью, и уровнем самоуважения личности, – с другой. Делается вывод о том, что на удовлетворенность жизнью оказывает сильное влияние способность личности психологически противостоять трудностям и формировать позитивные ожидания относительно будущего.

*Ключевые слова:* удовлетворенность жизнью, субъективное благополучие, тревожность, толерантность к неопределенности, жизнестойкость

**Abstract.** The empirical data obtained on the student sample, which point to 1) a higher level of life satisfaction among the Tatars compared to Russians, 2) the close correlation between life satisfaction, on the one hand, and the viability and the level of self-esteem of the person – with another, discusses in the paper. It is concluded that the ability of people to resist the psychological difficulties and create positive expectations about the future has a strong effect on their life satisfaction.

*Keywords:* life satisfaction, subjective well-being, worry, hardiness, tolerance of ambiguity

В последние несколько десятилетий среди психологов стали популярными исследования, так называемого, субъективного благополучия личности. Чаще всего это понятие используется в качестве более конкретного и операционального синонима понятия «счастье». Например, М. Аргайл, отвечая на вопрос, что такое счастье, пишет: «нас интересуют измерения «субъективного благополучия (...), субъективная сторона благополучия...» [2, с.17]. Отождествление счастья и субъективного благополучия можно увидеть также у наиболее известного специалиста в данной области Э. Диенера. Две его статьи (одна из них опубликована в соавторстве) имеют название «Субъективное благополучие», и у каждой из них есть подзаголовок, начинающийся со слов «Наука о счастье...» [16; 17]. Аналогичной точки зрения придерживаются и ведущие отечественные исследователи, занимающиеся данной проблемой, в частности И.А. Джидарьян [3, с. 33-36] и Р.М. Шамянов [10, с. 68].

Поскольку же феномен счастья, безусловно, имеет множество источников и основывается на разнообразных факторах, постольку субъективное благополучие можно рассматривать только как некое комплексное, интегральное состояние, переживаемое и осознаваемое личностью. Если его уровень низок, мы вслед за А.О. Прохоровым [8] можем утверждать, что

налицо неравновесное психическое состояние, и человек будет, как осознанно, так и бессознательно стремиться к его преодолению. Результатом такого преодоления должно стать формирование более высокого уровня равновесия и, соответственно, более высокого уровня субъективного благополучия. Таким образом, здесь мы сталкиваемся с наглядным примером реализации регуляторной функции психических состояний. Как пишет тот же А.О. Прохоров, «Через регуляторную функцию обеспечивается *уравновешенность* субъекта с социальной и предметной средой» [9, с. 14].

Однако трактовка субъективного благополучия как психического состояния сталкивается с некоторыми трудностями. Например, известный факт состоит в том, что при всех равных обстоятельствах некоторые люди всегда более удовлетворены своей жизнью, чем другие, а это более похоже на проявление устойчивого личностного свойства. Еще большая проблема связана с тем, что субъективное благополучие часто рассматривается, как специфический психологический параметр, характеризующий целую группу (культурную, этническую и др.). В частности, Р. Истерлином, Э. Диенером и другими [см. 16; 19; 20; 35] было неоднократно показано, что удовлетворенность жизнью в одних странах и регионах оказывается стабильно более высокой, нежели в других, и это различие невозможно увязать только лишь с разницей в уровне жизни. Существование таких различий можно объяснить, скорее, обращаясь к анализу особенностей менталитета и отношения к жизни различных народов.

Такого рода данные дают основания трактовать субъективное благополучие преимущественно как когнитивный феномен, возникающий в результате совокупности оценок разных фактов и событий, имеющих отношение к жизни человека и целых групп людей. Эта точка зрения была четко сформулирована, например, Э. Диенером, полагающим, что «субъективное благополучие имеет отношение к оценкам людьми своей жизни – оценкам которые одновременно являются аффективными и когнитивными» [16, р. 34]. Однако, такое понимание тоже имеет очевидные недостатки.

Например, оно не учитывает того, что субъективное благополучие и удовлетворенность жизнью могут формироваться не как оценки произошедшего и происходящего, а как проявления сильно выраженной ориентации (надежды) личности и целых групп людей на будущее [см., например, 11]. В этом случае уровень субъективного благополучия может рассматриваться как следствие наличия у личности определенного типа ожиданий относительно будущего и, в целом, наличием у нее определенного типа направленности.

Таким образом, имеют право на существование разные подходы к теоретическому осмыслению и объяснения сущности субъективного благополучия. Более того, с моей точки зрения, они не противоречат друг другу, а являются взаимно дополняющими. Все дело в сложности, многофакторности и комплексности самого рассматриваемого феномена. Его можно рассматривать с разных исходных позиций, в том числе и как интегративное психическое состояние, медленно формирующееся и изменяющееся под воздействием множества частных оценок, относящихся, как к прошлому и настоящему человека, так и к его будущему. Можно, по-видимому, говорить и о культурно специфических (т.е. о типичных для тех или иных групп людей) состояниях. Во всяком случае, если в психологии приняты термины «национальный характер», «национальный менталитет», «групповые настроения» и др., то ничто не мешает использовать и это понятие. Думается, мы вправе считать, что большие группы людей способны длительное время находится примерно в одном и том же психическом состоянии удовлетворенности или неудовлетворенности.

Многофакторность и комплексность феномена субъективного благополучия вынудило психологов обратиться к вопросу о его структуре. В настоящее время общепринятой является отмеченная выше позиция, в соответствии с которой в субъективном благополучии необходимо выделять когнитивную и заффеktивную компоненты. Далее могут быть выделены уже параметры, относящиеся к обоим компонентам субъективного благополучия.

Вчастности, Э. Диенер отмечает, что удовлетворенность жизнью нужно рассматривать как важнейший интегральный компонент субъективного благополучия наряду с более конкретными параметрами, такими, как удовлетворенность важнейшими сферами жизни, позитивные эмоциональные состояния и низкий уровень негативных эмоций [16, с. 34]. В трактовке У. Шиммака и его соавторов аффективный компонент субъективного благополучия представлен «фактическим или воспринимаемым гедонистическим балансом индивида (т.е. соотношением позитивных и негативных переживаний)», а когнитивный – «удовлетворенностью индивида жизнью (т.е. его оценками своей жизни в соответствии с субъективно принимаемыми стандартами)» [33, р. 582].

Многими авторами было показано также, что оба компонента субъективного благополучия взаимосвязаны. В подавляющем большинстве случаев удовлетворенность жизнью положительно коррелирует с наличием позитивных эмоциональных состояний и отрицательно – с негативными переживаниями [10; 23; 33; 35 и др.]. Исследователями из разных стран была изучена и связь удовлетворенности жизнью с различными параметрами, характеризующими уровень жизни человека и психологические особенности его личности. В частности, было установлено, что она находится в достаточно сложных и противоречивых отношениях с уровнем материального благополучия и с его динамикой [13; 18; 20; 21], уровнем религиозности [27; 30; 32], а также с целым рядом конкретных психологических параметров, таких как самооценка, ценностные предпочтения, тревожность, оптимизм, копинг-стратегии, устойчивость к стрессу и др. [11; 24-26; 28; 29; 31].

В данном исследовании будут рассматриваться только некоторые психологические факторы, оказывающие влияние на субъективное благополучие личности и ее удовлетворенность жизнью. Его замысел связан с рядом результатов, полученных разными авторами и на разных выборках, которые указывают, на то, что удовлетворенность жизнью обусловлена в большей степени не эмоциональным восприятием человеком своей прошлой и

настоящей жизни, а с эмоциональной оценкой им своего будущего. В этом смысле оказывается, что люди, для которых свойственно надеяться на лучшее будущее, отличающиеся оптимизмом и жизненной стойкостью, как правило, бывают более удовлетворены своей жизнью, нежели люди иного склада.

Например, С. Фергюсон и А.Д. Гудвин по результатам исследований с пожилыми людьми в Австралии делают вывод о том, что оптимизм довольно сильно влияет на их благополучие, и это влияние частично связано с позитивным восприятием социального окружения и с позитивными ожиданиями [22, р. 62]. Д. Даукантайте и Р. Зукаускиене приводят данные о том, что удовлетворенность жизнью шведских и литовских женщин в большей степени зависит от их оптимизма, нежели от других характеристик эмоциональной сферы [15]. Также разными авторами было показано, что жизнестойкость как личностное свойство, характеризующее способность личности противостоять стрессовым событиям, контролировать свою жизнь и сохранять активность, способствует более высокому уровню субъективного благополучия и удовлетворенности жизнью [12; 14; 34].

В отечественной психологии таких исследований недостаточно: за исключением И.А. Джидарьян [3], практически никто не занимался изучением данного вопроса. Между тем, есть достаточные основания предполагать, что именно в российских условиях, удовлетворенность людей своей жизнью может в значительной степени зависеть от их от диспозиционного оптимизма и от способности противостоять жизненным трудностям. Во всяком случае, на это указывают определенные особенности российского менталитета, нашедшие отражение, в том числе, и в народном фольклоре.

С целью выявления связей между удовлетворенностью жизнью и способностью личности противостоять жизненным трудностям и было начато исследование, некоторые предварительные и наиболее общие результаты которого будут представлены в данной статье. Общий замысел исследования связан со сравнением двух выборок, каждая из которых составлена из молодых людей студенческого возраста, но одни из них переживают сложные

жизненные ситуации, а другие находятся в обычных условиях. В каждой из них предполагается проведение тестовых измерений по ряду методик, направленных, с одной стороны, на выявление уровня удовлетворенности жизнью, с другой – на измерение выраженности различных психологических характеристик, в том числе диспозиционного оптимизма, жизнестойкости, самооценки, а также уровня тревожности, нейротизма и некоторых других характеристик эмоциональной сферы личности. В исследовании будет проверяться гипотеза о том, что удовлетворенность жизнью в большей степени связана не с «гедонистическим балансом» (т.е. суммой позитивных и негативных переживаний) как таковым, а с эмоционально окрашенными ожиданиями относительно своего будущего.

В данной статье анализируется часть материалов, полученных на выборке молодых людей, находящихся в обычных жизненных условиях и не испытывавших стрессовых психологических состояний в течение последних нескольких месяцев. Общая их численность составила 182 человек. Все они были студентами гуманитарных профилей подготовки Казанского федерального университета в возрасте от 17 лет до 21 года. В выборке было 62 студента мужского пола и 120 девушек. В этническом отношении несколько преобладали студенты русской национальности над татарами: соответственно 101 и 81 человек (бланки студентов других национальностей были исключены из выборки при подготовке материалов для статьи). Исследование проводилось в конце 2015 – начале 2016 г.

Будут проанализированы материалы, полученные с помощью следующих диагностических методик: шкала удовлетворенности жизнью Э. Диенера – SWLS (русскоязычная версия Е.А. Осина и Д.А. Леонтьева [6]), тест жизнестойкости С. Мадди – RVS 3-R (русскоязычная версия Д.А. Леонтьева и Е.Н. Рассказовой [4]), Пенсильванский опросник беспокойства-тревоги – PSWQ (русскоязычная версия Б.С. Алишева и М.В. Габдулхаковой [1]), шкала толерантности к неопределенности С. Баднера – TAS (русскоязычная версия

Г.У. Солдатовой [7]), шкала самоуважения М. Розенберга – RSES (русскоязычная версия Д.В. Лубовского[5]).

Далее в Табл. 1. приведены усредненные показатели, полученные с помощью данных методик на всей выборке, а также на группах студентов, выделенных по этническому и половому признакам. Они представляют определенный интерес, хотя и не позволяют решить задачи данного исследования. Прежде всего, необходимо отметить, что получен высокий показатель удовлетворенности жизнью. Дело в том, что теоретическая средняя по шкале Э. Диенера находится на уровне 20 баллов, в большинстве стран и этнокультурных групп показатель по ней не превышает 23 балла, а иногда опускается и ниже 20 [см., например, 25; 32].

Таблица 1.

Выраженность измерявшихся параметров во всей выборке, в этнических и половых группах (в суммарных баллах по шкалам)

№	Параметры		Вся выборка (182)	Русск ие (101)	Татар ы (81)	Мужч ины (62)	Женщ ины (120)
1	Удовлетворенность жизнью	x	24,80	<b>23,80</b>	<b>26,05</b>	24,35	25,03
		s	6,66	7,19	5,49	6,48	6,73
2	Жизнестойкость	x	122,44	<b>119,52</b>	<b>126,07</b>	120,76	123,31
		s	21,80	21,26	18,65	20,73	20,00
3	Тревожность	x	47,58	46,35	49,11	<b>43,37</b>	<b>49,76</b>
		s	13,20	13,49	12,27	10,36	13,27
4	Толерантность к неопределенности	x	68,84	69,44	68,09	67,95	69,29
		s	9,83	8,86	7,79	8,51	8,81
5	Самоуважение	x	49,61	49,45	50,35	<b>53,03</b>	<b>47,84</b>
		s	8,20	8,52	7,89	7,05	8,88

Примечания: 1) в первой строке в скобках приведена численность выборок; 2) по каждому параметру приведены величины среднего арифметического (x) и стандартного отклонения (s); 3) жирным шрифтом выделены значения параметров статистически значимо (t-критерий Стьюдента,  $\alpha \leq 0,01$  или  $\alpha \leq 0,05$ ) отличающиеся во взаимно сопоставимых группах испытуемых (русские – татары и мужчины – женщины).



Как можно видеть из таблицы, особенно высок показатель удовлетворенности жизнью у татар. Индекс, равный 26,05 может считаться очень высоким, к тому же он статистически значимо отличается от аналогичного показателя в выборке русских студентов. О причинах этого существенного различия ( $\alpha \leq 0,01$  по t-критерию Стьюдента) пока трудно говорить, но нельзя не обратить внимания на то, что у студентов-татар более высоким является также показатель по шкале жизненной стойкости ( $\alpha \leq 0,05$  по t-критерию Стьюдента). Однако это обстоятельство тоже требует объяснения, которое весьма сложно дать. Впрочем, накопленный во всем мире опыт кросс-культурных исследований указывает на то, что многие обнаруживаемые сегодня различия могут быть обусловлены всей историей формирования менталитета и характера отдельных народов и этнических групп. Невозможно, например, указать на конкретную причину целого ряда психологических различий между представителями восточных и западных культур, или на единственную причину того, что удовлетворенность жизнью в ряде сравнительно бедных стран Латинской Америки выше, чем в США и Европе.

Среди других результатов, представленных в Табл. 1, обращают на себя внимание различия в уровне тревожности и самоуважения между студентами мужского и женского пола. В целом, они соответствуют традиционным представлениям о мужской и женской психологии, существующим в обществе. Принято считать, что мужчины в среднем более доминантны и менее тревожны. Как можно видеть, это мнение подтверждается полученными результатами.

Перейдем теперь к рассмотрению корреляционных связей между измерявшимися в исследовании психологическими переменными. Необходимые для этого данные представлены в Табл. 2. (в нее не включены данные по мужчинам и женщинам, т.к. они не содержат никаких отклонений от наблюдаемой общей тенденции).

Единственной переменной, которая не имеет статистически значимых корреляционных связей с другими, оказалась толерантность к неопределенности (как следует из Табл. 1, она является также единственной

переменной, по которой нет никаких различий между этническими и половыми группами).

Таблица 2.

Корреляции между переменными во всей выборке и в отдельных группах

№		УЖ	ЖС	Т	ТН
<i>Вся выборка</i>					
1	Удовлетворенность жизнью	-			
2	Жизнестойкость	<b>0,601</b>			
3	Тревожность	<b>-0,269</b>	<b>-0,550</b>		
4	Толерантность к неопределенности	-0,074	0,121	0,021	
5	Самоуважение	<b>0,390</b>	<b>0,458</b>	<b>-0,431</b>	-0,105
<i>Русские</i>					
6	Удовлетворенность жизнью	-			
7	Жизнестойкость	<b>0,592</b>			
8	Тревожность	<b>-0,270</b>	<b>-0,546</b>		
9	Толерантность к неопределенности	-0,047	0,102	0,059	
10	Самоуважение	<b>0,384</b>	<b>0,413</b>	<b>-0,442</b>	-0,217
<i>Татары</i>					
11	Удовлетворенность жизнью	-			
12	Жизнестойкость	<b>0,605</b>			
13	Тревожность	<b>-0,365</b>	<b>-0,625</b>		
14	Толерантность к неопределенности	-0,045	0,230	-0,112	
15	Самоуважение	<b>0,322</b>	<b>0,505</b>	<b>-0,455</b>	-0,195

Примечание: 1) УЖ- удовлетворенность жизнью, Ж – жизнестойкость, Т – тревожность, ТН – толерантность к неопределенности, С – самоуважение; 2) жирным шрифтом выделены коэффициенты корреляции, статистически значимые на уровне  $p = 0,05$

Включение ее в список параметров, измерявшихся в исследовании, было обусловлено намерением проверить ее связи с тревожностью и, соответственно, определить влияние толерантности-интолерантности к неопределенности на удовлетворенность жизнью. Однако полученные результаты указывают на то,

что такие связи отсутствуют или являются чрезвычайно слабыми. Возможно, их удастся выявить при значительном увеличении размера выборок. Во всяком случае, элементарная логика подсказывает, что такая связь должна существовать, т.к. тревожность часто является реакцией на предполагаемую угрозу или неопределенность, тающуюся в будущем.

Наибольший интерес, конечно же, представляют корреляции между удовлетворенностью жизнью и остальными переменными, задействованными в исследовании. Как можно видеть, во всей выборке и в каждой из этнических групп (а также в группах мужчин и женщин) она положительно коррелирует с жизнестойкостью и самоуважением, а с тревожностью коррелирует отрицательно. Самые высокие абсолютные значения коэффициентов корреляции имеются в паре переменных «удовлетворенность – жизнестойкость», а самыми низкими они являются в паре «удовлетворенность – тревожность», а в паре «удовлетворенность – самоуважение» находятся на среднем уровне. Это дает возможность построить единую схему корреляционных связей (см. Рис. 1)

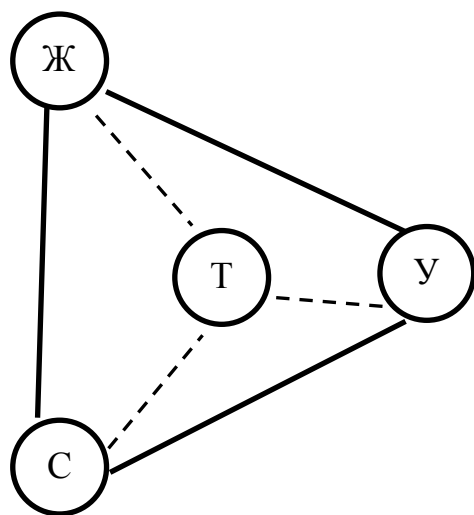


Рис. 1. Схема корреляционных связей между удовлетворенностью жизнью и другими психологическими переменными.

Примечание: 1) У – удовлетворенность жизнью, Ж – жизнестойкость, С – Самоуважение, Т – тревожность; 2) сплошные линии соответствуют положительным корреляционным связям, пунктирные – отрицательным.

Из таблицы 2 и приведенного выше рисунка хорошо видно, что четыре параметра: удовлетворенность жизнью, жизнестойкость, самоуважение и тревожность, – образуют устойчивый «комплекс», наблюдаемый во всех социальных группах, выделенных в выборке. Три первые из названных переменных образуют треугольник с сильными корреляционными связями. Как и предполагалось в начале исследования, особенно сильными оказались связи между удовлетворенностью жизнью и жизненной стойкостью. Эти данные прямо указывают на то, что удовлетворенность жизнью и, в целом, субъективное благополучие личности могут быть в значительной степени не простой суммой оценок, связанных с ее прошлой и настоящей жизнью. Они могут испытывать сильное влияние со стороны устойчивых психологических свойств, характеризующих способность личности игнорировать трудности, сопротивляться им, формировать чувство собственного достоинства, а также иметь свое отношение к жизни и восприятие ее независимо от того, что происходило ранее и происходит в данный момент времени. До некоторой степени обобщая, можно предположить, что субъективное благополучие личности, по-видимому, должно быть связано с так называемой силой «я». Однако это предположение требует проведения дальнейших исследований для своей проверки.

На фоне высоких показателей связи между удовлетворенностью жизнью и жизнестойкостью, а также уровнем самоуважения личности обращают на себя внимание гораздо более низкие коэффициенты корреляции между тревожностью и удовлетворенностью жизнью. Этот результат позволяет говорить о том, что тревожность как источник негативных эмоций и переживаний оказывает сравнительно небольшое влияние на удовлетворенность жизнью. Если рассматривать ее как личностное свойство, отражающее преобладание негативных ожиданий относительно собственного будущего, то она значительно уступает в силе влияния тем психологическим переменным, которые, наоборот, способствуют формированию у личности позитивных ожиданий.

Результаты проведенного исследования в целом подтверждают выдвинутое предположение о том, что удовлетворенность людей своей жизнью может в значительной степени зависеть от их от диспозиционного оптимизма и от способности противостоять жизненным трудностям. Этот вывод подтверждается, как общими данными по всей выборке студентов, так и по отдельным этническим (русские и татары) и половым группам. Вместе с тем, необходимо учесть, что в статье не анализировались материалы, позволяющие напрямую измерить влияние диспозиционного оптимизма на удовлетворенность личности своей жизнью. Поэтому необходимо продолжение исследования, что позволит уточнить и конкретизировать роль различных психологических факторов в формировании субъективного благополучия личности. Продолжение исследование позволит также получить ответ на ряд других вопросов. В частности, необходимо выяснить, являются ли более высокие показатели удовлетворенности жизнью и жизнестойкости у татар «случайным всплеском», или за ними скрывается реальное различие между этнокультурными группами? Если верно последнее, то необходимо искать причины психологических различий между ними.

#### Список литературы

1. Алишев, Б.С. Толерантность к неопределённости, тревожность и чувство психологической безопасности у русских и татарских студентов / Б.С. Алишев, М.В. Габдулхакова // Ученые записки Казан. ун-та. Сер. Гуманитар. науки. – 2013. – Т.155. Кн. 6. – С. 162-173.
2. Аргайл, М. Психология счастья / М. Аргайл – СПб.: Питер, 2003. – 271 с.
3. Джидарьян, И.А. Психология счастья и оптимизма / И.А. Джиральян – М.: ИП РАН, 2013. – 268 с.
4. Леонтьев, Д.А. Тест жизнестойкости. Методическое руководство по новой методике психологической диагностики личности с широкой областью применения / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М.: Смысл, 2006. – 63 с

5. Лубовский, Д.В. Применение опросника самоуважения М. Розенберга для исследования отношения подростков к себе / Д.В. Лубовский // Психологическая диагностика. – 2010. – № 1. – С. 71-75.
6. Осин, Е.Н. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия /Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев // Материалы III Всероссийского социологического конгресса. – М.: Институт социологии РАН, Российское социологическое общество, 2008 (электронная публикация).
7. Практикум по психодиагностике и исследованию толерантности личности (учебно-методическая разработка) / Л.А. Шайгерова, Т.Ю. Прокофьева, О.А. Кравцова, Г.У. Солдатова. – М.: Центр СМИ МГУ, 2003. – 112 с.
8. Прохоров, А.О. Психология неравновесных состояний / А.О. Прохоров. – М.: ИП РАН, 1999. – 152с.
9. Прохоров, А.О. Функциональные структуры психических состояний /А.О. Прохоров // Психологический журн. – 1996. – Т. 17. № 3. – С. 9-17.
10. Шамионов, Р.М. Этнокультурные факторы субъективного благополучия личности / Р.М. Шамионов // Психологический журнал. – 2014. – Т. 35. № 4. – С. 68-81.
11. Bailey Th., Eng W., Frisch M. B., Snyder C. R. 2007. Hope and optimism as related to life satisfaction // *The Journal of Positive Psychology*. Vol. 2(3), 168-175.
12. Civitcy N., Civitcy A. 2015. Social Comparison Orientation, Hardiness and Life Satisfaction in Undergraduate Students. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. Vol. 205. 516-523.
13. Clark A., Frijters P., Shields M. 2008. Relative Income, Happiness, and Utility: An Explanation for the Easterlin Paradox and Other Puzzles. *Journ.of Economic Literature*. Vol. 46. No 1, 95-144.
14. Crowley B.J., Hayslip J.R., Hobdy J. 2004. Psychological Hardiness and Adjustment to Life Events in Adulthood. *Journal of Adult Development*. Vol. 10 (4), 237-248.
15. Daukantaite D., Zukauskienė R. 2012. Optimism and Subjective Well-Being: Affectivity Plays a Secondary Role in the Relationship Between Optimism

and Global Life Satisfaction in the Middle-Aged Women. Longitudinal and Cross-Cultural Findings. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 13 (7), 1-16.

16. Diener E. 2000. Subjective Well-Being. The Science of Happiness and a Proposal for a National Index. *American Psychologist*. Vol. 55. No 1, 34-43.

17. Diener E., Lucas R.E., and Oishi Sh. 2002. Subjective Well-Being. The Science of Happiness and Life Satisfaction. *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (2 ed.) / Sh.J. Lopez, & C.R. Snyder (Eds.). Oxford, N.Y.: Oxford univ. press, 63-73.

18. Dolan P., Peasgood T., White M. 2008. Do We Really Know What Makes Us Happy? A Review of the Economic Literature on the Factors Associated with Subjective Well-Being. *Journ.of Economic Psychology*. Vol. 29. No 1, 94-121.

19. Easterlin R. 1974. Does Economic Growth Improve the Human Lot? Some Empirical Evidence. *Nations and households in economic growth* / P. David & M. Reder (Eds.). New York: Academic, 89-125.

20. Easterlin R.A. 2005. Feeding the Illusion of Growth and Happiness: A Reply to Hagerty and Veenhoven. *Social Indicators Research*. Vol. 74 (3), 429-443.

21. Eggers A., Gaddy C., Graham C. 2006. Well-Being and Unemployment in Russia in the 1990's: Can Society's Suffering Provide Individual Solace. *Journ. of Socio-Economics*. Vol. 35. No 2. P. 209–242.

22. Ferguson S., Goodwin A.D. 2010. Optimism and Well-Being in Older Adults: The Mediating Role of Social Support and Perceived Control. *The International Journal of Aging and Human Development*. Vol. 71(1), 43-68.

23. Fredrickson B.L., Losada M.F. 2005. Positive Affect and the Complex Dynamics of Human Flourishing. *American Psychologist*. Vol. 60(7), 678–686.

24. Hamarat E., Thompson D., Steele D., Matheny K., Simons C. 2002. Age differences in coping resources and satisfaction with life among middle-aged, young-old and oldest-old adults. *The Journal of Genetic Psychology*. Vol. 163 (3), 360-367.

25. Hystad S.W., Eid J., Laberg, J.C., Johnsen B.H., Bartone P.T. 2009. Academic Stress and Health: Exploring the Moderating Role of Personality Hardiness. *Scandinavian Journ.of Educational Research*. Vol. 53. No 5, 421-429.

26. Kang S-M., Shaver P.R., Sue S., Min K-H., Jing H. 2003. Culture-Specific Patterns in the Prediction of Life Satisfaction: Roles of Emotion, Relationship Quality, and Self-Esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*. Vol. 29. No 12, 1596-1608.
27. Kwiatkowska A., Anikeenok O., Alishev B.S., Kulikov L., Malyonova A., Taburova T.S. 2015. Religijność a zadowolenie z życia Rosjan. *Religia, religijność, duchowość* / D. Motak, H. Grzymała-Moszczyńska (Eds.). Krakow: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego. S. 105-120.
28. Matheny K.B., Curlette W.L., Aysan F., Herrington A., Gfroerer C.A., Thompson d., Hamarat E. 2002. Coping Resources, Perceived Stress, and Life Satisfaction Among Turkish and American University Students. *International Journal of Stress Management*. Vol. 9 (2), 81-97.
29. Oishi Sh., Diener E., Lukas R., Suh E. 1999. Cross-Cultural Variations in Predictors of Life Satisfaction: Perspectives from Needs and Values. *Personality and Social Psychology Bulletin*. Vol. 25. No 8, 980-990.
30. Okulicz-Kozarin A. Religiosity and life satisfaction across nations. 2010. *Mental Health, Religion and Culture*. Vol. 13. No 2, 155-169.
31. Paolini R., Yanez A.P., Kelly W.E. 2006. An examination of worry and life satisfaction among college students. *Individual Differences Research*. Vol. 4 (5), 331-339.
32. Peacock J.R., Poloma M.M. 1999. Religiosity and Life Satisfaction Across the Life Course. *Social Indicators Research*. Vol. 48. No 3, 321-345.
33. Schimmack U., Radhakrishnan P., Oishi Sh., Dzokoto V., Ahadi S. 2002. Culture, Personality, and Subjective Well-Being: Integrating Process Models of Life Satisfaction, *Journ. of Personality and Social Psychology*. Vol. 82. No 4, 582-593.
34. Suh M., Diener E., Oishi Sh., Triandis H. C. 1998. The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journ. of Personality and Social Psychology*. Vol. 74. No 2, 482-493.



## Автор

**Алишев Булат Салямович** – докт. психол. н., проф. каф. общей психологии Института психологии и образования Казанского федерального университета, [Bulat.Alishev@gmail.com](mailto:Bulat.Alishev@gmail.com).

## СОСТОЯНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЖЕНЩИН-МЕНЕДЖЕРОВ РАЗНЫХ УРОВНЕЙ УПРАВЛЕНИЯ

## СОСТОЯНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЖЕНЩИН-МЕНЕДЖЕРОВ РАЗНЫХ УРОВНЕЙ УПРАВЛЕНИЯ

Габдреева Г.Ш., Халфиева А.Р.

GabdreevaG.Sh.,Khalfieva A.R.

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования влияния успешности профессионального роста на состояние психологического благополучия женщин-менеджеров. Выявлены различия выраженности и структурной организации показателей психологического благополучия в зависимости от занимаемого положения в управленческой иерархии. Показано, что на пике карьерного роста самопринятие определяется личностным ростом и наличием четких жизненных целей.

*Ключевые слова:* состояние психологического благополучия, женщина-менеджер, уровни управления, удовлетворенность трудом, профессиональная успешность, корреляционный и дивергентный анализы.

**Abstract.** The article presents the results of a study of the impact of successful professional growth on the psychological well-being state of female managers. Were identified the differences in severity and structural organization of psychological well-being indicators depending on their position in the management hierarchy. It is